

Efectos secundarios del tratamiento de cáncer de cabeza y cuello

La radioterapia para el cáncer de cabeza y cuello causa efectos secundarios. Un efecto secundario es una reacción negativa o no deseada al tratamiento. La mayoría de los efectos secundarios aparecen lentamente, generalmente comienzan aproximadamente 3 semanas después del tratamiento y duran unas pocas semanas después de que finaliza la radioterapia. Generalmente mejoran una vez finalizada la radioterapia.

Efectos secundarios comunes

Dolor de garganta y dificultad para tragar

Es posible que le duela la garganta o que sienta un nudo en la garganta. Puede ser difícil tragar. El médico puede sugerirle medicamentos para ayudar a controlar el dolor. Su médico también puede sugerir enjuagues especiales para adormecer su garganta y boca con el fin de ayudar a aliviar el dolor. Debe evitar:

- Beber alcohol o jugos cítricos
- Alimentos picantes o salados
- Alimentos con mucha azúcar
- Alimentos duros y fuertes, como las papas fritas, que pueden hacerle doler la boca

En cambio, se recomienda que usted:

- Triture la comida o la corte en trozos pequeños
- Agregue salsa o caldo para que los alimentos estén suaves y húmedos
- Coma alimentos tibios, no calientes
- Coma alimentos blandos como cereales, macarrones, puré de papas, huevos revueltos y yogur
- Use una licuadora para hacer batidos o mezclar alimentos
- Se siente derecho e incline un poco la cabeza hacia adelante cuando coma o beba
- Se siente o se pare durante al menos 30 minutos después de comer

Boca seca

Tener la boca seca puede hacer que sea difícil comer, hablar y tragar. También puede provocar caries. Debe asegurarse de ir al dentista para hacerse un chequeo dental. Puede resultarle útil:

- Beber mucha agua
- Chupar trozos de hielo o caramelos duros sin azúcar
- Usar un humidificador o vaporizador por la noche para crear humedad en el aire
- Poner sal y bicarbonato de sodio en agua tibia, revolver para disolver y luego agitar la solución en la boca y escupir

Dolor o sangrado de las encías

Es importante cepillarse los dientes y usar hilo dental suavemente. Use un cepillo de dientes de cerdas suaves. Para evitar que sus encías se dañen, evite usar palillos de dientes.

Cambios en el sabor y el olor de los alimentos

La radioterapia puede hacer que los alimentos tengan un sabor u olor diferente. Estos cambios pueden durar varios meses, especialmente si recibe radioterapia al mismo tiempo que la quimioterapia. Es importante seguir comiendo incluso si la comida no sabe ni huele igual.

Cambios en la voz

Su voz puede volverse ronca o débil durante la radioterapia. Su laringe (caja de voz) puede hincharse, lo que puede hacer que su voz suene diferente de lo normal.

Cambios en la piel del área tratada

La piel de su cuello puede ponerse roja o seca. Estos cambios en la piel deben desaparecer una vez que finaliza el tratamiento. Es posible que su cabello no vuelva a crecer en el área tratada; este es un efecto común a largo plazo. Usted debe:

- Exponer su cuello al aire pero también protegerlo del sol usando un sombrero protector cuando esté afuera
- Usar ropa holgada que no le roce el cuello
- Evitar afeitarse el área que se está tratando
- Evitar el uso de lociones o cremas en el cuello que no hayan sido aprobadas por su médico

Fatiga (cansancio extremo)

La fatiga se puede controlar haciendo al menos 30 minutos de actividad física cada día (con la aprobación de su médico), comiendo verduras, frutas, carnes magras y otras proteínas, y bebiendo al menos seis vasos de agua de 8 onzas por día.

Pérdida de peso

Es posible que baje de peso si tiene dolor de garganta y problemas para tragar. Se puede usar una sonda de alimentación temporal si tiene problemas para comer.

Notas

[illegible]